ADENDA A LA ENCUESTA DEMOGRÁFICA Y DE SALUD FAMILIAR DEL PERÚ – ENDES CONTINUA 2004-2005

Prácticas de Alimentación del Infante y Niño Pequeño (AINP)

Prácticas apropiadas de alimentación del Infante y Niño Pequeño incluyen la lactancia materna hasta los dos años, la introducción de alimentos sólidos y semisólidos a la edad de 6 meses, y un incremento gradual en la cantidad de alimento dado y en la frecuencia de alimentación mientras el niño/a crece. Un niño promedio saludable **que lacta** debe recibir alimentos sólidos y semisólidos 2-3 veces al día a las edades de 6 a 8 meses y 3-4 veces al día a las edades de 9 a 23 meses, adicionando una pequeña merienda 1-2 veces por día. Las frecuencias mínimas de alimentación de niños en países en desarrollo están basadas en la energía liberada de alimentos complementarios. Las necesidades de energía de los niños están basadas en requerimientos diarios totales específicos para la edad, más 2 desviaciones estándar (para cubrir a casi todos los niños), menos el promedio de ingreso de energía de la leche materna. Infantes con poca toma de leche materna necesitan ser alimentados más frecuentemente que aquellos con alta toma de leche materna. Sin embargo, se debe tener cuidado que las frecuencias de alimentación no excedan ingresos recomendados de alimentos complementarios porque la alimentación excesiva puede resultar en un desplazamiento de la leche materna (OPS/OMS, 2003).

Aunque la Organización Mundial de la Salud recomienda que los infantes sean alimentados con leche materna hasta los dos años, algunos infantes no lactan en absoluto, o han parado la lactancia materna antes de su segundo aniversario. Algunas guías se han desarrollado para estos niños y niñas, quienes pueden no haber lactado porque sus madres eran VIH-positivas, porque sus madres murieron, o por otras razones (OMS, 2005). Se recomienda que a los niños **que no lactan** se les proporcionen alimentos sólidos y semisólidos 4-5 veces al día a edades 6 a 23 meses, con una merienda adicional 1-2 veces al día.

Una nutrición apropiada incluye alimentar a los niños y niñas con una diversidad de alimentos que aseguren se cumplan los requisitos de nutrientes. Diversos estudios han mostrado que alimentos complementarios basados en plantas por sí mismos no son suficientes para suplir las necesidades de ciertos micronutrientes para algunos niños (OMS/UNICEF, 1998). De manera que se aconseja que los niños coman carne, aves, pescado, o huevos diariamente, o tan frecuentemente como sea posible. Dietas vegetarianas pueden no cubrir los requerimientos de nutrientes en niños a menos que se provean suplementos o alimentos fortificados. Frutas y vegetales ricos en Vitamina A deben de ser consumidos diariamente, y las dietas de niños y niñas deben incluir un monto adecuado de grasa. La grasa es importante en las dietas de infantes y niños pequeños porque provee ácidos grasos esenciales, facilita la absorción de vitaminas solubles en grasa (como la Vitamina A), y mejora la densidad de energía dietética y el sabor. El té y el café no se recomiendan para los niños porque ellos contienen compuestos que inhiben la absorción de hierro. Bebidas azucaradas y un consumo excesivo de jugo deben ser evitados porque además de energía contribuyen muy poco a la dieta, y además disminuyen el apetito de niños y niñas por alimentos más nutritivos (OPS/OMS, 2003).

En resumen:

- Niños que reciben lactancia materna de 6 a 23 meses de edad deben recibir alimentos de fuente animal y frutas y vegetales ricos en vitamina A diariamente (OPS/OMS, 2003). Dado que los primeros alimentos casi siempre incluyen comidas basadas en granos o tubérculos, es improbable que niños pequeños que comen menos de tres grupos de alimentos recibirán tanto un alimento de fuente animal como una fruta o vegetal rico en vitamina A. De manera que se considera tres grupos de alimentos como el mínimo número apropiado para niños que lactan (Arimond y Ruel, 2004).

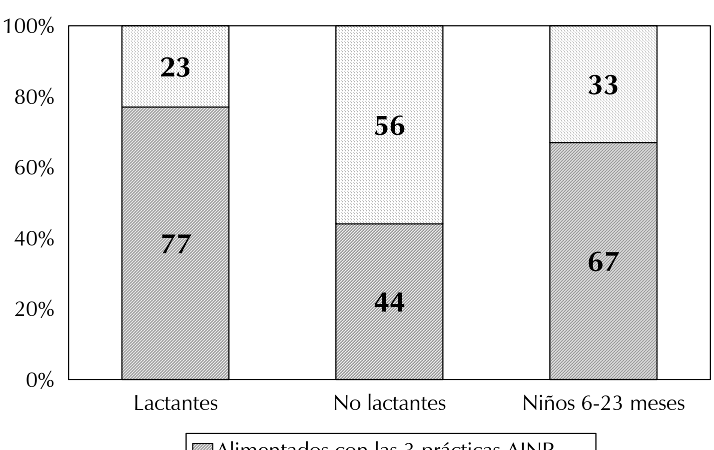
- Infantes que lactan de edades 6 a 8 meses deben recibir alimentos complementarios 2-3 veces por día, con 1-2 meriendas adicionales; niños lactantes de 9 a 23 meses deben recibir comidas 3-4 veces por día, con 1-2 meriendas adicionales (OPS/OMS, 2003). El cuadro abajo muestra el porcentaje de niños que lactan que fueron alimentados por lo menos el mínimo número de veces al día para su edad (i.e., dos veces para infantes de 6 a 8 meses y tres veces para niños de 9 a 23 meses).

- Niños de 6 a 23 meses que no lactan deben recibir leche or productos lácteos para asegurar que sus necesidades de calcio son cumplidas. Adicionalmente, necesitan alimentos de origen animal y frutas y vegetales ricos en vitamina A. Se necesitan cuatro grupos alimenticios como mínimo número apropiado para niños pequeños no alimentados con leche materna.

- Niños que no reciben leche materna, de 12 a 23 meses de edad deben ser alimentados con comidas 4-5 veces por día, con 1-2 meriendas adicionales (OMS, 2005). El cuadro muestra el porcentaje de los niños y niñas que no lactan de 6 a 23 meses de edad que fueron alimentados por lo menos el mínimo número de veces al día (i.e., cuatro veces).

Según los resultados presentados en el cuadro inferior, el 97 por ciento de los niños (menores) peruanos entre 6 a 23 meses que viven con sus madres recibieron leche materna o substitutos de leche materna durante el período de 24 horas antes de la encuesta; 94 por ciento tuvieron una dieta con diversidad adecuada, esto es, les fueron dados alimentos del número apropiado de grupos alimenticios dependiendo de su edad y estatus de lactancia materna, y 70 por ciento fueron alimentados el número mínimo estándar de veces apropiado para su edad. El 67 por ciento de niños peruanos entre 6 a 23 meses cumplieron el mínimo estándar con respecto a todas estas tres prácticas alimentarias (ver la gráfica abajo).

Prácticas de Alimentación del Infante y Niño Pequeño
Perú 2005-05



Es más probable que los niños con lactancia materna sean alimentados el mínimo número de veces y ligeramente menos probable que reciban alimentos del número mínimo de grupos alimenticios, en comparación con los niños que no lactan. Niños en el grupo etario de 12 a 17 meses son los que con mayor probabilidad cumplirán con los estándares mínimos. Se encuentran aparentes diferencias regionales en las prácticas alimentarias con la ENDES Continua 2004-05: niños residiendo en el Cusco tienen el doble de probabilidad (85 por ciento) de ser alimentados de acuerdo a las tres prácticas AINP que los niños que residen en Loreto (43 por ciento). En otras características se encuentran variaciones mínimas con las prácticas recomendadas de AINP.

Arimond, M.,y M.T. Ruel. 2004. Dietary Diversity is Associated with Child Nutritional Status: Evidence from 11 Demographic and Health Surveys. *Journal of Nutrition* 134: 2579.

Organización Panamericana de la Salud y Organización Mundial de la Salud (OPS/OMS). 2003. *Guiding Principles for Complementary Feeding of the Breastfed Child*. Washington, D.C. and Geneva, Switzerland: PAHO/WHO.

Organización Mundial de la Salud (OMS). 2005. *Guiding Principles for Feeding Nonbreastfed Children 6 to 24 Months ofAge*. Geneva, Switzerland: WHO.

Organización Mundial de la Salud y Fondo Mundial para la Infancia (OMS/UNICEF). 1998. *Complementary Feedingof Young Children in Developing Countries: A Review of Current Scientific Knowledge.* Geneva: World Health Organization, WHO/NUT98.1.

Cuadro Addenda: Prácticas Alimentarias del Infante y Niño Pequeño (AINP) en Perú

Porcentaje de niños más jóvenes de edades 6 a 23 meses viviendo con sus madres, que es alimentado de acuerdo a tres prácticas de AINP basadas en el número de grupos alimenticios y veces en que son alimentados, durante el día o la noche que precedió a la encuesta, por estatus de lactancia materna y características seleccionadas, Perú 2004-05

	Entre los niños que lactan de 6 a 23 meses, porcentaje que se alimentó:				Entre los niños que no lactan de 6 a 23 meses, porcentaje que se alimentó:					Entre todos los niños de 6 a 23 meses, porcentaje que se alimentó:				
Característica	De 3+ grupos alimenticios[1]	Las mínimas veces o más[2]	De ambos 3+ grupos alimenticios y las mínimas veces o más	Número de niños (ponderado)	De leche o productos lácteos[3]	De 4+ grupos alimenticios	4 veces o más	Con las 3 prácticas AINP[4]	Número de niños (ponderado)	De leche o productos lácteos	De 3+ ó 4+ grupos alimenticios[5]	Las mínimas veces o más[6]	Con las 3 prácticas AINP	Número de niños (ponderado)
Edad (meses)														
6-8	75.1	68.4	64.1	200	100.0	89.9	10.4	10.4	14	100.0	76.1	64.5	60.5	214
9-11	94.5	73.5	72.3	178	97.7	97.7	33.1	30.8	17	99.8	94.8	70.0	68.7	195
12-17	99.0	79.8	79.4	327	94.7	95.0	55.5	53.8	105	98.7	98.0	73.9	73.2	432
18-23	98.3	89.0	87.7	211	85.8	96.2	47.3	42.8	225	92.6	97.2	67.5	64.5	436
Sexo														
Hombre	92.9	79.7	78.1	465	86.9	93.4	50.0	45.4	177	96.4	93.0	71.5	69.1	642
Mujer	92.6	76.7	75.0	451	91.9	97.8	45.2	43.0	185	97.6	94.1	67.5	65.7	636
Residencia														
Urbana	93.7	78.7	77.8	483	98.3	97.6	49.0	48.6	246	99.4	95.0	68.7	68.0	728
Rural	91.7	77.7	75.3	433	70.7	91.5	44.5	34.6	116	93.8	91.7	70.7	66.7	549
Departamento														
Amazonas	86.7	67.2	63.7	18	*	*	*	*	7	92.2	87.6	65.3	56.4	25
Ancash	(90.1)	(77.6)	(75.2)	40	*	*	*	*	10	(98.1)	(90.2)	(71.3)	(69.4)	51
Apurimac	94.2	91.7	85.9	18	*	*	*	*	3	100.0	94.9	89.6	84.5	20
Arequipa	*	*	*	23	*	*	*	*	13	(97.4)	(95.4)	(75.0)	(72.4)	36
Ayacucho	90.0	76.8	76.8	19	*	*	*	*	3	100.0	91.4	77.1	77.1	22
Cajamarca	(97.1)	(78.7)	(78.7)	42	*	*	*	*	14	(95.7)	(97.8)	(67.7)	(63.4)	56
Callao	*	*	*	21	*	*	*	*	12	*	*	*	*	33
Cusco	(100.0)	(92.8)	(92.8)	42	*	*	*	*	14	(94.9)	(100.0)	(85.4)	(85.4)	57
Hauncavelica	95.5	65.2	63.7	31	*	*	*	*	2	100.0	94.7	62.3	61.0	34
Huanuco	85.1	69.5	65.6	47	*	*	*	*	3	97.2	84.6	67.5	63.9	50
Ica	(96.3)	(79.7)	(79.7)	31	*	*	*	*	13	100.0	97.4	73.5	73.5	44
Junin	(93.8)	(68.2)	(68.2)	40	*	*	*	*	15	95.6	92.7	66.9	62.5	55
La Libertad	(90.2)	(55.8)	(53.9)	48	*	*	*	*	25	98.8	91.6	51.0	48.5	73
Lambayeque	(91.6)	(57.3)	(54.7)	46	*	*	*	*	12	(98.3)	(93.3)	(51.6)	(49.5)	58
Lima	95.7	87.1	87.1	216	(97.4)	(94.0)	(43.8)	(43.8)	102	99.2	95.1	73.3	73.3	318
Loreto	82.6	63.0	60.6	50	(52.4)	(87.8)	(12.9)	(11.2)	28	83.0	84.4	45.2	43.0	78
Madre de Dios	(95.5)	(85.0)	(82.4)	2	*	*	*	*	1	100.0	96.8	82.6	80.7	3
Moquegua	(100.0)	(76.9)	(76.9)	4	*	*	*	*	2	(92.1)	(100.0)	(72.5)	(70.0)	6
Pasco	(93.4)	(76.3)	(76.3)	11	*	*	*	*	1	100.0	94.1	77.0	77.0	12
Piura	(85.1)	(82.1)	(71.5)	46	(95.9)	(100.0)	(39.2)	(39.2)	39	98.1	91.9	62.4	56.6	86
Puno	94.7	86.1	84.1	57	*	*	*	*	15	98.0	95.8	82.6	79.0	72
San Martin	(93.1)	(83.9)	(83.9)	29	*	*	*	*	13	94.2	95.2	77.7	74.5	42
Tacna	(91.9)	(83.7)	(83.7)	3	*	*	*	*	3	(100.0)	(95.6)	(71.1)	(71.1)	6
Tumbes	(98.1)	(89.4)	(89.4)	9	*	*	*	*	3	98.6	98.5	75.2	75.2	12
Ucayali	89.7	77.7	75.9	19	*	*	*	*	7	95.9	90.3	68.6	64.5	26
Educación de la madre														
Sin educación	91.1	70.3	68.0	45	*	*	*	*	6	96.2	92.1	65.1	63.1	51
Primaria	90.8	76.0	73.0	340	69.3	89.0	43.6	33.5	90	93.6	90.4	69.2	64.7	430
Secundaria	95.8	80.7	80.3	378	95.1	97.1	39.9	37.8	154	98.6	96.2	68.9	68.0	532
Superior	90.3	79.1	77.8	154	99.1	98.7	62.6	62.6	111	99.6	93.8	72.2	71.4	265
Quintil de riqueza														
Quintil Inferior	88.7	76.2	72.6	238	61.8	90.5	28.3	22.8	56	92.7	89.1	67.1	63.1	293
Segundo quintil	94.6	77.5	76.9	236	79.1	93.0	57.0	45.3	65	95.5	94.2	73.1	70.0	301
Quintil intermedio	91.2	80.2	77.3	162	97.5	94.2	37.6	35.4	69	99.3	92.1	67.4	64.7	231
Cuarto quintil	94.4	80.3	80.3	183	99.8	99.5	53.9	53.7	92	99.9	96.1	71.5	71.4	275
Quintil superior	97.7	77.4	77.4	98	98.6	98.2	54.9	54.9	79	99.4	97.9	67.4	67.4	177
Total	92.8	78.2	76.6	916	89.5	95.6	47.6	44.1	361	97.0	93.6	69.5	67.4	1,277

Nota: Las cifras en paréntesis están basadas en 25-49 casos no ponderados. Un asterisco indica que la cifra está basada en menos de 25 casos no ponderados y ha sido suprimida.

[1] Grupos alimenticios: a) fórmula infantil, leche que no sea la materna, queso o yogurt u otros productos lácteos; b) alimentos hechos de granos, raíces, y tubérculos, incluyendo papillas, y alimentos infantiles fortificados hechos con granos; c) frutas y vegetales ricos en vitamina A (y aceite de palmera roja); d) otras frutas y vegetales; e) huevos; f) carne, pollo, pescado y mariscos (y carnes de menudencias); g) legumbres y nueces; h) alimentos hechos con aceite, grasa, manteca/mantequilla. El alimento "Papía" del programa social se incluye tanto en el grupo de granos como en lácteos.

[2] Por lo menos dos veces al día para infantes de 6 a 8 meses que lactan y por lo menos tres veces al día para niños de 9 a 23 meses que lactan.

[3] Incluye fórmula infantil comercial, leche fresca animal, enlatada o en polvo, y queso, yogurt y otros productos lácteos.

[4] Se considera a los niños que no lactan de 6 a 23 meses como alimentados con las tres prácticas AINP si reciben otra leche o productos lácteos y son alimentados por lo menos el mínimo número de grupos alimenticios el mínimo número de veces al día.

[5] 3+ grupos alimenticios para niños que lactan y 4+ grupos alimenticios para niños que no lactan.

[6] Alimentados con alimentos sólidos o semisólidos por los menos dos veces al día para infantes de 6 a 8 meses y 3+ veces al día para otros niños que lactan, y 4+ veces al día para niños que no lactan.